APLIKASI TEORI PEMBELAJARAN MOTORIK DI SEKOLAH

• Pengertian Pembelajaran Motorik • Macam-Macam Pembelajaran Motorik • Konsep Pembelajaran Motorik • Unsur-Unsur Pokok Pembelajaran Motorik di Sekolah • Aplikasi Titik Tekan Pembelajaran Motorik bagi Siswa di Sekolah • Cara Menilai Hasil Pembelajaran Motorik di Sekolah • Persiapan Teknis dan Berbagai Tahapan Pembelajaran Motorik di Sekolah • Sikap Guru dalam Memberi Motivasi, Instruksi, dan Demonstrasi saat Pembelajaran Motorik di Sekolah, dll.

Richard Decaprio

Richard Decaprio

APLIKASI TEORI PEMBELAJARAN MOTORIK DI SEKOLAH

APLIKASI TEORI PEMBELAJARAN MOTORIK DI SEKOLAH

Richard Decaprio

Editor
Zio Perdana
Tata Sampul
@ruri_hefni
Tata isi
Endang
Pracetak
Antini, Dwi, Yanto
Cetakan Pertama
Januari 2013

Penerbit
DIVA Press
(Anggota IKAPI)
Sampangan Gg. Perkutut No.325-B
Jl. Wonosari, Baturetno
Banguntapan Jogjakarta
Telp: (0274) 4353776, 7418727
Fax: (0274) 4353776
Email: redaksi_divapress@yahoo.com
Blog: www.blogdivapress.com
Website: www.divapress-online.com

Sumber Gambar Cover: www.inmagine.com

Pengantar Penulis

Buku yang ada di tangan Anda ini membahas aplikasi pembelajaran motorik bagi siswa di sekolah. Hingga saat ini, banyak sekolah dan guru yang belum memahami cara mengaplikasikan pembelajaran motorik bagi siswa di sekolah. Bahkan, tidak sedikit di antara mereka yang belum mengerti tentang konsep pembelajaran motorik beserta manfaatnya bagi siswa.

Padahal, pembelajaran motorik merupakan pembelajaran yang paling penting dari semua konsep pembelajaran yang ada. Di negara-negara maju, seperti Amerika, Inggris, Australia, dan Prancis, bahkan negara tetangga, misalnya Malaysia, pembelajaran motorik adalah satu-satunya pembelajaran yang paling ditekankan di antara konsep pembelajaran yang lain, contohnya pembelajaran kognitif dan afektif.

Pasalnya, pembelajaran motorik bagi siswa sebagai pembelajaran yang menekankan praktik secara langsung di lapangan. Pembelajaran motorik menuntut setiap siswa agar mampu mengaplikasikan semua teori dan konsep yang telah dikuasainya dari semua pelajaran di sekolah. Tanpa pembelajaran motorik, penguasaan materi pelajaran hanya berada di otak, tanpa tercermin dari perilaku nyata yang bisa dilihat.

Oleh karena itu, ulasan panjang lebar di dalam buku ini bermaksud memberi pengetahuan kepada seluruh pembaca—khususnya para praktisi pendidikan—mengenai cara memberi bekal pengalaman nyata kepada siswa, yang bisa menghadirkan perubahan dalam kemampuan. Apabila upaya ini berhasil, maka siswa dapat menampilkan gerakan-gerakan yang sangat terampil, melakukan keterampilan motorik yang sangat baik sesuai dengan teori dalam mata pelajaran, serta mengerjakan berbagai praktik dan percobaan secara nyata (yang berkaitan dengan materi pelajaran di sekolah). Dengan demikian, kecerdasan motorik siswa bisa dilihat dan bermanfaat bagi dirinya dan orang lain.

Buku ini mendorong para guru agar bisa mengadakan kegiatan pembelajaran dengan konsep yang menyenangkan bagi siswa. Jika guru menerapkan isi buku ini dalam pembelajaran di sekolah, maka siswa

dapat menemukan hiburan yang nyata, sehingga jauh dari stres maupun hal lainnya yang bisa mengganggu kondisi psikologis siswa sekaligus proses belajar secara umum. Siswa selalu merasa senang dengan pembelajaran motorik, karena pembelajaran ini tidak disajikan secara monoton.

Membaca buku ini akan membuat Anda mengerti urgensi aplikasi teori pembelajaran motorik bagi siswa di sekolah. Tetapi, lebih dari itu, Anda pun lebih mudah menerapkan pembelajaran motorik bagi siswa di sekolah. Sebab, penjelasan di dalam buku ini tidak sebatas menyinggung urgensi aplikasi pembelajaran motorik bagi siswa di sekolah, melainkan juga memberikan pengetahuan tentang cara mengaplikasikan pembelajaran motorik itu sendiri.

Bahkan, dalam setiap bab, buku ini juga menyertakan contoh-contoh konkret, sehingga Anda semakin mudah memahami dan menerapkan teori pembelajaran motorik. Semuanya itu disajikan dengan bahasa sederhana dan sistematis, sehingga gampang dimengerti oleh semua kalangan praktisi pendidikan.

Di sisi yang lain, buku ini juga mematahkan persepsi sebagian besar kalangan bahwa pembelajaran motorik bagi siswa di sekolah hanya bisa diterapkan dalam pelajaran olahraga, otomotif, kesenian, dan pelajaran lainnya yang berkaitan dengan olah fisik.

Sebenarnya, itu salah besar. Sebab, pembelajaran motorik dapat diterapkan dalam semua pelajaran di sekolah. Tidak hanya pelajaran olahraga, otomotif, dan kesenian, tetapi pembelajaran motorik juga bisa diterapkan dalam pelajaran agama, PKn, matematika, bahasa Indonesia, bahasa Inggris, kimia, fisika, IPS, biologi, dan lain sebagainya.

Semoga semua praktisi pendidikan dapat memberikan pembelajaran yang menyenangkan bagi siswa sekaligus hasil yang memuaskan, tidak hanya dalam tataran teori, melainkan juga tataran praktik. Sehingga, siswa tidak hanya menjadi individu yang cerdas secara intelektual (kognitif), tetapi juga individu yang cerdas dan mampu mengaplikasikan kecerdasannya dalam tataran praktik. Itulah yang menjadi tujuan utama pendidikan.

Tidak lupa, saya menghaturkan terima kasih kepada beberapa pihak yang ikut berkontribusi atas penulisan buku ini, baik secara langsung maupun tidak langsung. Tanpa mereka, tidak mungkin buku ini bisa sampai tangan Anda. Di antaranya, Arini Fatkhataeni, Ahmad Zuhair Fawwazi, Ahmad al-Jawwaz Shofi Fuadi, dan Muhammad Hibbanil Karim.

Saya pun mengakui bahwa masih terdapat beberapa kekurangan di dalam buku ini. Oleh karena itu, saya mengharapkan berbagai saran dan kritik dari

Anda demi kesempurnaan buku ini. Terakhir, saya berharap, semoga buku ini memberikan manfaat bagi kemajuan pendidikan di negara Indonesia. Amin.

Selamat membaca!

Richard Decaprio

Daftar Isi

Bab 1

Mengenal Pembelajaran Motorik

Sebelum diterangkan lebih mendalam tentang aplikasi teori pembelajaran motorik di sekolah, terlebih dahulu Anda harus mengenal tentang pengertian pembelajaran motorik. Pemahaman ini sangat penting karena menjadi dasar dari penerapan pembelajaran motorik. Dengan ungkapan lain, jika tidak mengenal pembelajaran motorik secara mendasar, Anda tidak dapat menerapkan pembelajaran motorik secara optimal.

A. Pengertian Pembelajaran Motorik

Secara sederhana, pembelajaran motorik dapat diartikan sebagai proses belajar keahlian gerakan dan penghalusan kemampuan motorik, serta variabel yang mendukung atau menghambat kemahiran maupun keahlian motorik. Aspek pembelajaran motorik

dalam pendidikan merupakan aspek yang berhubungan dengan tindakan atau perilaku yang ditampilkan oleh para siswa setelah menerima materi tertentu dari guru. Artinya, mereka bertindak atau berperilaku berdasarkan pengetahuan dan perasaan mereka.

Ada pula pengertian pembelajaran motorik lainnya, yakni proses belajar para siswa dalam hal keahlian gerakan dan penghalusan kemampuan motorik serta variabel yang mendukung atau menghambat kemahiran/keahlian motorik yang digunakan secara berkelanjutan dari pergerakan yang sangat terampil.

Pembelajaran motorik di sekolah juga merupakan pembelajaran pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir antarbeberapa hal berikut:

1. susunan saraf,
2. otot,
3. otak, dan
4. *spinal cord*.

Sementara itu, pembelajaran motorik yang diadakan di sekolah juga dimaknai sebagai serangkaian proses yang berkaitan dengan latihan atau pembekalan pengalaman yang menyebabkan perubahan dalam kemampuan individu (siswa) agar bisa menampilkan gerakan-gerakan yang sangat terampil.

Saat seorang siswa melakukan pembelajaran motorik di sekolah, perubahan nyata yang terjadi ialah meningkatnya mutu keterampilan motorik. Ini dapat diukur dengan beberapa cara. Salah satunya adalah dengan melihat keberhasilan seorang siswa dalam melakukan gerakan yang semula belum dikuasainya.

Selain pengertian tersebut, beberapa ahli juga memberikan definisi tentang pembelajaran motorik. Di antaranya, sebagaimana yang diungkapkan oleh Schmidt (1988), pembelajaran motorik adalah serangkaian (internal) proses pembelajaran yang berhubungan dengan praktik atau pengalaman yang mengarah kepada perubahan yang relatif permanen dalam kemampuan menanggapi sesuatu (Schmidt, 1988: 346).

Sedangkan, Cecco dan Crawford mendefinisikan pembelajaran motorik sebagai suatu respons motorik berangkai yang melibatkan koordinasi gerakan agar menjadi pola respons yang lebih kompleks (Cecco dan Crawford, 1974: 252).

Secara sederhana, pembelajaran motorik dapat diartikan sebagai proses belajar keahlian gerakan dan penghalusan kemampuan motorik, serta variabel yang mendukung atau menghambat kemahiran maupun keahlian motorik.

Dengan demikian, bisa disimpulkan bahwa pembelajaran motorik yang diadakan di sekolah adalah suatu proses pembentukan sistematika kognitif tentang gerak pada diri setiap siswa, yang kemudian diaplikasikan dalam psikomotor, mulai dari tingkat keterampilan gerak yang sederhana hingga keterampilan gerak yang kompleks, sebagai gambaran fisiologis yang dapat membentuk aspek psikologis untuk mencapai otomatisasi gerak. Semua gerakan yang dilakukan oleh manusia dalam kehidupan sehari-hari, seperti berjalan, berlari, memegang, menarik, mengulur, dan menendang, termasuk keterampilan yang dihasilkan dari pembelajaran motorik.

B. Macam-Macam Pembelajaran Motorik

Secara garis besar, pembelajaran motorik di sekolah meliputi pembelajaran motorik kasar dan halus. Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar otot yang ada dalam tubuh maupun seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan diri. Sedangkan,

Semua gerakan yang dilakukan oleh manusia dalam kehidupan sehari-hari, seperti berjalan, berlari, memegang, menarik, mengulur, dan menendang, termasuk keterampilan yang dihasilkan dari pembelajaran motorik.

pembelajaran motorik kasar yang diadakan di sekolah merupakan pembelajaran gerakan fisik yang membutuhkan keseimbangan dan koordinasi antar-anggota tubuh, dengan menggunakan otot-otot besar, sebagian, atau seluruh anggota tubuh. Contohnya, berlari, berjalan, melompat, memukul, menendang, berlari, dan lain-lain.[1]

Pembelajaran dan perkembangan motorik kasar pada anak usia sekolah (siswa) memiliki rangkaian tahapan yang berurutan. Dengan ungkapan lain, setiap siswa harus melalui tahapan-tahapan khusus dan menguasai secara sempurna, sebelum memasuki tahapan selanjutnya. Tidak semua siswa di sekolah dapat menguasai suatu keterampilan pada usia yang sama, meskipun mereka berada di dalam satu kelas dan satu bimbingan. Sebab, perkembangan motorik seorang siswa di sekolah bersifat individual.

Namun, yang menjadi catatan adalah perbedaan tersebut bukanlah dikarenakan siswa yang satu lebih pandai daripada siswa yang lain. Perkembangan keterampilan motorik sebenarnya tidak berpengaruh terhadap kecerdasan intelektual. Artinya, seorang siswa yang memiliki otak cerdas bisa saja tidak mempunyai kemampuan motorik yang mumpuni. Sebaliknya, seorang siswa yang memiliki otak biasa-biasa saja justru mempunyai keterampilan motorik

---

[1] bidanku.com

yang luar biasa, bahkan melebihi seorang siswa yang cerdas. Tetapi, pada prinsipnya, keterampilan motorik dapat dipelajari dan ditingkatkan.

Sementara itu, pembelajaran motorik halus di sekolah ialah pembelajaran yang berhubungan dengan keterampilan fisik yang melibatkan otot kecil serta koordinasi antara mata dan tangan. Saraf motorik halus bisa dilatih dan dikembangkan melalui kegiatan dan rangsangan yang dilakukan secara rutin dan terus-menerus, di antaranya:[2]

1. bermain *puzzle*;
2. menyusun balok;
3. memasukkan benda ke dalam lubang sesuai bentuknya;
4. membuat garis;
5. melipat kertas; serta
6. menulis dengan huruf dan bentuk tulisan yang benar.

Kecerdasan motorik halus setiap siswa di sekolah tentu tidak sama, baik dari segi kekuatan maupun ketepatan. Kondisi ini dipengaruhi oleh pembawaan dan stimulasi yang diperolehnya. Sebenarnya, ada banyak hal yang mempengaruhi kecerdasan motorik seorang siswa. Tidak hanya suasana dan lingkungan belajar di sekolah, melainkan juga kondisi lingkungan

---

[2] bidanku.com

dan keluarga, yang turut memberikan pengaruh besar terhadap kecerdasan motorik halusnya.

Lingkungan sekolah dan keluarga serta pergaulan siswa dapat meningkatkan ataupun menurunkan taraf kecerdasan motoriknya, terutama pada masa-masa pertama kehidupannya. Di sinilah pentingnya seorang guru dan orang tua yang mengawasi kehidupan anak/siswa di lingkungan sekitarnya.

Setiap siswa di sekolah dapat mencapai tahapan perkembangan motorik halus yang optimal, asalkan mendapatkan stimulasi tepat dari guru serta lingkungan sekolahnya. Dalam hal ini, guru yang melakukan kegiatan pembelajaran motorik dituntut bisa melewati fase-fase pembelajaran dengan baik dan sempurna.

Di setiap fase, para siswa membutuhkan rangsangan dari para guru untuk mengembangkan kemampuan mental dan motorik halus. Semakin banyak yang dilihat, didengar, serta dialami oleh mereka dari pembelajaran motorik di sekolah, semakin banyak pula yang ingin diketahui oleh mereka.

Pembelajaran motorik halus di sekolah ialah pembelajaran yang berhubungan dengan keterampilan fisik yang melibatkan otot kecil serta koordinasi antara mata dan tangan.

Apabila seorang siswa kurang mendapatkan rangsangan di sekolah, maka ia akan bosan, sehingga perkembangan motoriknya terganggu. Namun, dalam hal ini, yang harus diingat adalah seorang guru bukan berarti boleh memaksa siswa dengan memberlakukan peraturan-peraturan yang sangat mengekang. Pasalnya, tekanan, persaingan, penghargaan, hukuman, atau rasa takut justru dapat mengganggu usaha dilakukan oleh siswa.

C. Konsep Pembelajaran Motorik

Secara garis besar, pembelajaran motorik di sekolah mengacu pada empat konsep utama. Penjelasan selengkapnya ialah sebagai berikut:

1. Pelajaran motorik di sekolah adalah suatu proses bagi para siswa untuk memperoleh kemampuan dalam berbagai tindakan. Tentu saja, gerakan atau tindakan yang diperoleh berupa gerakan yang bersifat keterampilan. Dengan ungkapan lain, tidak semua siswa bisa melakukan gerakan tersebut secara sempurna, kecuali dilakukan dengan latihan dan pembelajaran.
2. Pelajaran motorik di sekolah dilakukan dengan pengalaman ataupun praktik langsung oleh para siswa dengan bimbingan dan pengawasan guru. Dalam konsep ini, hal yang ditekankan bukanlah penguasaan teori, tetapi praktik langsung yang

dilakukan oleh para siswa. Pasalnya, pembelajaran motorik adalah pembelajaran keahlian dalam hal terapan (keterampilan) yang hanya bisa diperoleh dengan cara praktik.

3. Untuk mengukur hasil pembelajaran motorik terhadap para siswa di sekolah, para guru tidak bisa mengukur secara langsung dalam waktu singkat. Oleh karena itu, sebagai gantinya adalah *inferred* dari perilaku para siswa yang dapat dilihat secara kasat mata. Di sanalah, guru bisa melihat dan mengukur terjadi atau tidaknya perkembangan yang signifikan dalam hal pembelajaran motorik.
4. Hasil pembelajaran motorik di sekolah yang bersifat relatif dapat dilihat dari munculnya perubahan yang permanen dalam perilaku para siswa, baik yang ditunjukkan di lingkungan sekolah maupun luar sekolah.

D. Pembelajaran Motorik dan Pengaruhnya terhadap Siswa

Dewasa ini, setiap lembaga pendidikan dituntut menekankan pembelajaran motorik bagi para siswa. Pasalnya, pembelajaran motorik sangat berkaitan erat dengan perkembangan kehidupan mereka di sekolah maupun luar sekolah. Dengan ungkapan

lain, aplikasi teori pembelajaran motorik di sekolah bukanlah kegiatan yang sia-sia.

Pembelajaran motorik di sekolah berpengaruh terhadap beberapa aspek kehidupan para siswa. Di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Dengan pembelajaran motorik yang diadakan di sekolah, para siswa dapat menemukan hiburan yang nyata, sehingga mereka jauh dari perasaan stres maupun hal lainnya yang dapat mengganggu kondisi psikologis mereka—mengganggu proses belajar secara umum. Mereka akan selalu merasa senang dengan pembelajaran motorik, seperti:
   a. bermain bola; menangkap, menendang, melempar, menggiring, mengumpan, dan lain-lain,
   b. melipat kertas menjadi sebuah karya seni yang sangat indah dan enak dipandang,
   c. aplikasi teori motorik *behavior* elementaristik yang dilakukan di sekolah, yaitu perubahan perilaku keterampilan gerak yang dapat diamati, diukur, dan dinilai secara konkret, yang diperoleh dari percobaan-percobaan. Biasanya, percobaan itu dilakukan pada binatang. Contohnya, seorang siswa melakukan uji coba dengan tongkat yang digerakkan pada monyet yang ingin mengambil sesuatu, atau harimau yang buas menjadi

jinak. Keterampilan semacam ini merupakan keterampilan yang diperoleh dari pembelajaran motorik.

2. Dengan pelaksanaan pembelajaran motorik di sekolah, para siswa dapat beranjak dari kondisi lemah ke kondisi kuat, atau dari kondisi tidak berdaya menuju kondisi independen. Misalnya, pada bulan-bulan pertama ketika seorang siswa duduk di bangku sekolah, ia merasa tidak percaya diri bergaul dengan teman-temannya, sulit beradaptasi, dan selalu merasa malu, sehingga mempengaruhi prestasi belajarnya. Nah, dengan pembelajaran motorik di sekolah, ia bisa bergerak dari satu tempat ke tempat lainnya dan berbuat sesuatu bagi dirinya sendiri. Pembelajaran motorik ini dapat menunjang rasa percaya diri dan optimismenya. Pasalnya, dengan pembelajaran motorik di sekolah, ia diajak turut aktif di dalam kelas maupun luar kelas, sehingga kondisi tersebut bisa meningkatkan mentalitas dan pengalamannya.
3. Dengan pembelajaran motorik di sekolah, para siswa dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Pasalnya, pada usia prasekolah atau usia kelas-kelas awal (sekolah dasar), mereka bisa dilatih dengan pembelajaran motorik, seperti menulis, menggambar, melukis, dan baris-ber-